

УТВЕРЖДАЮ
Министр спорта
Камчатского края


К.В. Хмелевский
«01» _____ 2023 г.


УТВЕРЖДАЮ
Директор
КГАУ ЦСП


А.Б. Иванов
«28» _____ 2023 г.


ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении регионального этапа фестиваля по многоборьям
ВФСК ГТО среди граждан, проживающих в сельской местности.

Камчатский край
2023 г.

1. Общие положения

Региональный этап фестиваля по многоборьям ВФСК ГТО среди граждан, проживающих в сельской местности (далее – Фестиваль) проводится в рамках реализации федерального проекта «Спорт – норма жизни» в соответствии с Планом мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утверждённым распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 № 1165-р (в ред. от 24.11.2015 № 2389-р), календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий Камчатского края на 2023 год.

Целью проведения Фестиваля в Камчатском крае является: повышение эффективности использования физической культуры и массового спорта для укрепления здоровья населения, гармоничного и всестороннего развития личности, совершенствования методик мотивации граждан к ведению здорового образа жизни и систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи Фестиваля:

- пропаганда Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО) как одного из инструментов вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом;
- совершенствование форм и методов физкультурно-оздоровительной работы;
- создание условий, мотивирующих различные категории населения к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом, за успешное выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- мониторинг уровня физической подготовленности населения в возрасте от 14 лет по результатам выполнения ими испытаний комплекса ГТО.

2. Место и сроки проведения

Региональный этап Фестиваля проводится на местах в муниципальных образованиях Камчатского края в период с 01 по 29 октября 2023 года.

3. Организаторы мероприятия

Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля осуществляется Организационным комитетом – Министерство спорта Камчатского края (далее – Министерство), КГАУ «Центр спортивной подготовки» Камчатского края (далее – КГАУ «ЦСП»), Региональный Центр тестирования ВФСК ГТО – Региональный оператор (далее – Региональный оператор), муниципальные центры тестирования Камчатского края (далее – Муниципальные центры).

Проведение Соревнований возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную на местах Муниципальными центрами.

4. Требования к участникам и условия их допуска

Фестиваль проводится среди граждан, проживающих в сельской местности систематически занимающихся физической культурой и спортом, направивших свои заявки в установленные сроки, в соответствии с требованиями настоящего положения.

Фестиваль проводится в личном зачете в следующих категориях:

- школьники 14-17 лет;
- мужчины, женщины от 18 лет и старше.

5. Программа Фестиваля

Программа Фестиваля состоит из тестов включенных в программу испытаний комплекса ГТО.

Необходимо выполнить комплекс упражнений за наименьшее количество времени.

1 упр. Челночный бег 10 раз по 10 метров (для всех).

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомеров) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой (или оббегает фишку), возвращается к линии старта, касается ее (или оббегает фишку). Преодолевая последний отрезок, участник не касается линии старта рукой (не оббегает фишку).

2 упр. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

Ж (14+ лет) — 5 прыжков, 180 см

М (14+ лет) — 5 прыжков, 200 см

По команде судьи «Можно», участник начинает выполнять упражнение. После подтверждения зачетного расстояния прыжка участник возвращается на линию отталкивания и выполняет следующий прыжок. В случае удачной попытки судья подает команду «Есть», в случае неудачной попытки – команду «Нет» и называет ошибку. Судья озвучивает количество правильных повторений. После последнего прыжка участник перебегает на следующий пункт дистанции и приступает к преодолению следующего испытания.

Попытки не засчитываются при следующих условиях:

- *заступ за линию отталкивания или касание ее;*
- *отталкивание с предварительного подскока;*
- *поочередное отталкивание ногами;*
- *прыжок меньше заданного расстояния.*

3 упр. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу 10 раз (для всех).

Участник принимает положение упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию.

По команде судьи «Можно», начинает выполнять упражнение. При сгибании рук участник должен коснуться грудью контактной платформы высотой 5 см, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях. После каждого повторения судья подает команду

«Есть», если повторение выполнено без ошибок, или команду «Нет» и называет ошибку. Секретарь озвучивает количество правильных повторений. Выполнив нужное количество повторений, участник перебегает до следующего снаряда и приступает к преодолению испытания следующего пункта дистанции.

Повторение не засчитывается при следующих условиях:

- *нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;*
- *поочередное разгибание рук;*
- *руки не полностью выпрямляются в локтях.*

4 упр. Поднимание туловища из положения лежа на спине 15 раз (для всех).

Участник принимает исходное положение лежа, руки за головой в «замок», лопатки касаются мата/скамьи, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу. По команде судьи «Можно» участник выполняет поднимание туловища до касания локтями бедер (коленей). С последующим возвратом в исходное положение.

После каждого повторения (при возвращении в исходное положение) судья подает команду «Есть», если повторение выполнено без ошибок, или команду «Нет» и называет ошибку. Секретарь озвучивает количество правильно выполненных повторений. Выполнив нужное количество повторений, участник возвращается к первому снаряду и выполняет следующий круг.

Повторение не засчитывается при следующих условиях:

- *отсутствие касания локтями бедер (коленей);*
- *отсутствие касания лопатками;*
- *размыкание пальцев «из замка»;*
- *смещение таза (поднимание таза);*
- *изменение прямого угла согнутых ног.*

После завершения участник возвращается на стартовую линию. Судья останавливает время.

6. Условия подведения итогов

Победители и призеры определяются по результатам прохождения дистанции по максимальному количеству очков, что соответствует наименьшему затраченному времени с учетом штрафного времени.

При одинаковых показателях очков у двух и более участников, преимущество получает участник, показавший наименьшее количество штрафов.

Соотношение полученных результатов и очков осуществляется по 100-очковой системе оценки выполнения испытаний.

Муниципальные центры принимают испытания на местах в своих муниципальных образованиях, производят фото/видео съемку, размещают у себя в социальных сетях и отмечают Региональный центр, присылают

протоколы прохождения испытаний в формате PDF на электронную почту Регионального центра kamgto@mail.ru до 31 октября 2023 года.

Региональный центр производит подсчет баллов, определяет победителя Фестиваля до 03 ноября 2023 года и направляет наградную продукцию победителей и призеров Фестиваля в Муниципальные центры.

Муниципальные центры проводят награждения победителей и призеров Фестиваля на местах в срок до 30 ноября 2023 года.

7. Награждение

Победители и призеры регионального этапа Фестиваля в личном зачете в каждой категории отдельно среди юношей и девушек, мужчин и женщин награждаются грамотами и медалями 1, 2, 3 степени и сувенирной продукцией официальных лицензиатов комплекса ГТО.

8. Условия финансирования

Расходы по награждению участников мероприятия несёт КГАУ «ЦСП».

Расходы по проведению Фестиваля в муниципальных образованиях несут органы местного самоуправления муниципальных образований Камчатского края.

9. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утверждённых Постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 г. № 353.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 23.10.2020 N 1144н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

10. Страхование участников

Страхование жизни и здоровья от несчастных случаев во время проведения регионального этапа Фестиваля осуществляют органы местного самоуправления муниципальных образований Камчатского края.

11. Подача заявок на участие

Заявки на участие в Фестивале в муниципальных образованиях направляются в Муниципальные центры тестирования, согласно приложению

№ 1.

В комиссию по допуску участников предоставляются следующие документы:

- заявка по форме согласно приложению № 1 (идентичная предварительной заявке);
- согласие на обработку персональных данных по форме согласно приложению № 2.
- копию свидетельства о рождении/паспорта на каждого участника;
- медицинское заключение о допуске к занятиям физической культурой и спортом (в случае отсутствия отметки врача в общей заявке).

Справочная информация в мессенджерах по телефону: +7 914 020 25 35.

После завершения Фестиваля Муниципальные центры вместе с протоколами направляют заявки и медицинские допуски в Региональный центр.

